



گزارش از کارورزی خانه سالمندان فاطمه زهرا

معصومه رضایی دانشجوی
کارشناسی ارشد سالمندی
استاد مربوطه: دکتر فاطمه محمدی

متاسفانه کل کارورزی در اتاق در بسته مدیریت مرکز بدون هیچ حضور مستقیم در بخش وبدون هیچ بازدید و ارزیابی صورت گرفت در واقع دو ساعت گفتگوی بسته مدیریتی اما تقریباً سودمند انجام گرفت آشنایی با مدیر مرکز که یک خانم دکتر با دکترای مدیریت پرستاری که بسیار زیرک و محافظه کار بود اتفاق کم نظیر و جالبی بود آشنایی با ترفند های مدیریتی و شخصیت بسته ایشان که نفوذ پذیری کمی داشت نیز خوب بود

در واقع این مرکز یک بنای قدیمی
تقریباً ۵۰۰ متری در یکی از
خیابانهای فرعی شهر بود که در بدو
ورود نداشتن فضای باز - نبود پارکینگ
- نبود سر در مناسب و چشم گیر -
سوال برانگیز بود اما بسیار دنج و دور
از سر و صدا و آلودگی شهری بود

حیات با کف آسفالت با یک باغچه کوچک
با آب نما کوچک صدای آب و پرنده های در
قفس صندلی و نیمکت کنار آب فضای
زیبایی بود ورودی خوبی داشت اما در
هنگام ورود به ساختمان زیر زمینی پر از
سالمندان که تخت های به هم چسبیده
با فضای تنگ و تاریک بسیار تاسف بار بود
در حیات میله و دستگیرهای جهت حرکت
و حمایت سالمندان وجود نداشت

با توجه به استانداردهای خانه
سالمندان و با دقت به کمترین
وقت بازدید و ارزیابی گزارش حاضر
شده است

اتاقهای خانه سالمندان

به طور کلی در هر اتاق نباید بیش از ۴ نفر زندگی کنند. اتاق حتماً باید دارای یک پنجره باشد. فضای کافی برای جابه‌جا کردن و حرکت دادن ویلچر موجود باشد و حتماً داخل واحد حمام داشته باشد.

در اتاق نیز نباید به داخل اتاق‌های دیگر باز شود. کنار یا بالای تخت‌خواب بیمار باید زنگی برای صدا کردن فوری پرستار یا اعلام خطر وجود داشته باشد و آب خوردن در دسترس سالمند باشد. همچنین نور کافی برای مطالعه در رختخواب فراهم شود

اما در این مرکز اتاقی مشاهده نشد فقط دو سالن بالا و پایین (زیر زمین) وجود داشت که فاصله تخت‌ها حتی نیم متر هم نبود در بدو ورودی چند ویلچر قرار داشت که حتی امکان حرکت برای سالمندان نیز در آن فضا محدود شده بود اما تمام رو تختی و ملحفه‌ها تمیز با رنگ شاد و یک دست بودند

اگر محیط خصوصی امکان پذیر نیست در فاصله بین تختخواب‌های اتاق پرده‌ای باشد تا در صورت نیاز، سالمند بتواند با کشیدن پرده یک محیط خصوصی برای خود ایجاد کند. تخت نسبت به پنجره باید دید داشته باشد و یک صندلی راحت در کنار تخت باشد. همچنین هر سالمند باید یک کمد جداگانه و هم‌اتاقی‌های سازگار، هم‌زبان و متناسب با خود داشته باشد. در صورت تمایل، اتاق تلفن داشته باشد.

اصلاً به محیط خصوصی توجه نشده بود پرده و پارتیشنی وجود نداشت و بیش از ۱۰ سالمند در کنار هم زندگی می‌کردند ارتفاع تخت‌ها مناسب بود (حداقل ۴۵ سانتی متر) دو پنجره بزرگ نور سالن بالا را تامین میکرد و چند پنجره کوچک نزدیک سقف نور سالن پایین بود احتمالاً در پایین بیشتر از ۲۰ سالمند وجود داشت چون فضا بزرگتر بود و سالمندان زیادی به چشم می‌آمدند

دستشویی و توالت خانه سالمندان

طراحی این مکان‌ها باید طوری باشد که ویلچر در آن‌ها به راحتی وارد و خارج شود و امکانات مناسب برای افراد معلول داشته باشد.

سینک‌ها باید مجهز به آب سرد و گرم باشد. در این مکان میله‌های حمایت‌کننده‌ای باشد که فرد بتواند در حین حرکت دست خود را به آن‌ها بگیرد و از آن‌ها برای تسهیل حرکت استفاده کند.

در این مکان‌ها باید زنگ‌هایی وجود داشته باشد که در صورت بروز حادثه فوراً پرستارها مطلع شوند

بازدید نشد یعنی مدیر مرکز اجازه ندادند اما با توجه به عدم وجود میله و دستگیره در حیاط و سالن احتمالاً در آنجا نیز وجود ندارد

سالن‌ها و اتاق نشیمن خانه سالمندان

اماکن عمومی نیز باید نور کافی داشته باشند. همچنین در تمام اتاق‌ها، پریزهای برق و وسایل خطرناک باید با رنگ‌هایی که به شدت جلب توجه می‌کنند (مثل قرمز پررنگ و غیره) مشخص شوند. در سالن‌ها و اتاق‌ها باید میله‌هایی دورتادور اتاق وجود داشته باشد که سالمند در هنگام حرکت بتواند از آن‌ها کمک بگیرد. سالن و راهرو ها باید دست کم آن‌قدر وسعت داشته باشد که به طور همزمان دو ویلچر بتوانند از کنار هم عبور کنند. همچنین برای استراحت سالمندان صندلی‌ها و کاناپه‌های راحتی باید در آن تعبیه شود. یک تابلوی اعلانات نیز لازم است تا قوانین و خبرهای سرای سالمندان را به اطلاع ساکنان برساند

سالن کوچک بود و بیشتر از فضا جهت گذاشتن تخت و پذیرش بیشتر بیمار استفاده شده بود. میله و دستگیره وجود نداشت صندلی و کاناپه راحت به تعداد نبود اما وجود داشت تمیز و شیک بود. یک تلویزیون بزرگ در سالن روشن بود تابلو اعلانات با توجه به فضای کوچک لازم نبود

سالن تفریح و ورزش خانه سالمندان

تمام مؤسسات سالمندان باید دارای سالن‌های مناسبی برای ورزش و تفریح سالمندان باشند. وسایل سرگرمی و تفریح متناسب با شرایط به میزان کافی در آنجا وجود داشته باشد. مکان‌ها یا اتاق‌های خصوصی مناسبی برای ملاقات با دوستان یا اعضای خانواده داشته باشد. در ضمن، اتاق‌های خصوصی برای انجام معاینات و اقدامات پزشکی در آن‌ها تعبیه شده باشد.

با توجه به یک مشاهده چشمی چند دقیقه ای سالن مناسب ورزشی و تفریحی وجود نداشت اتاق خصوصی به چشم نخورد حتی با توجه به جاکفشی ورودی که حتما باید کفشها تعویض می شد احتمالا سالمندان بر روی تخت خود ملاقات می شدند

ویژگی های محیطی خانه سالمندان

مؤسسه باید تمیز باشد و از نظر ظاهری مرتب به نظر برسد، بو و هوای مطبوع داشته باشد و از سروصدای ترافیک شهر یا دیگر صداهای آزاردهنده دور باشد. تهویه مناسب هوا و اعتدال درجه حرارت در زمستان ها و تابستان ها، دسترسی به تلفن

مرکز تمیز و ظاهری مرتب داشت از سرو صدا و ترافیک شهری هم خبری نبود تهویه مناسب بود اما دقتی بروجود تلفن نشد شاید وجود داشت

نیازهای طبی سالمندان

تمام داروهای مورد نیاز بیمار باید مهیا باشد. همچنین وجود پرستارهای مجرب و دوره‌دیده برای انجام کمک‌های اولیه و اقدامات احیا به طور شبانه‌روزی و ویزیت روزانه توسط پزشک عمومی در صورت نیاز و امکان برقراری تماس فوری با پزشک در موارد اضطراری از قبل هماهنگ‌شده باشد. در صورت نیاز باید امکان ویزیت توسط متخصص بیماری‌های مختلف موجود باشد. این فرصت باید به بیمار داده شود که در صورت احساس نیاز بتواند توسط پزشک شخصی خود معاینه و درمان شود.

وجود امکانات فیزیوتراپی در مرکز و هماهنگی با نزدیک‌ترین بیمارستان‌ها برای پذیرش بیماران اورژانسی از ضروریات ست ضمناً باید دفتری در مرکز وجود داشته باشد که بیماری‌ها و شرایط هر بیمار و آدرس، شماره تلفن و نحوه ارتباط برقرار کردن فوری با چند نفر از نزدیکان او در آن خوانا و مرتب به طور مستمر ثبت شود.

سالمندان ویزیت هفتگی می شدند مدیران مرکز خود پرستار تحصیل کرده روانشناس بودند اما اطلاعاتی در مورد سایر پرسنل کسب نشد حقوق پرسنل طبق مصوب وزارت کار پرداخت می شد در صورت نیاز به مشاوره های پزشکی و تخصصی سالمندان اعزام می شدند تمام سالمندان در بدو ورود تست های روانشناسی (افسردگی - میزان فعالیت روزانه و شخصیت و...) می شدند تمام بیماران کاردکس دارویی طبق تجویز قبلی پزشک معالج و گزارش روزانه داشتند

طبق گفته مدیر مرکز بیماران با تجهیزات سر تخت
فیزیوتراپی می شدند و فیزیو تراپ هفتگی مراجعه می
کرد پرونده سالمندان شامل اسم و آدرس و تلفن
خانواده ها بود حتی اثر انگشت و امضای خانواده ها
بابت نسخه دارویی و بیماریهای سالمندان نیز وجود
داشت در امر در مان نیز خانواده ها دخالت می کردند
اما در مورد سالمندان بدون سر پرست بیشترین حمایت
از طرف خود مرکز و بهزیستی انجام می شد

باید مکان خاصی برای افراد تعبیه شود تا به مسائل مذهبی خود به راحتی رسیدگی کنند. اتاق مطالعه و کتاب‌ها و لوازم مورد نیاز در این زمینه مهیا باشد. امکان شرکت در مراسم مذهبی، تفریحی یا خانوادگی در خارج از مؤسسه برای فرد فراهم باشد و برنامه‌های سرای سالمندان آن‌قدر انعطاف‌پذیر طراحی شود که فرد در صورت عدم تمایل بتواند در هر کدام از آن‌ها شرکت نکند.

همچنین باید اقدامات مناسب برای تعطیلات، اعیاد یا روز تولد افراد سالمند مؤسسه در نظر گرفته شود.

- با توجه به جلوگیری از بازدید و با توجه به اینکه مدیر مرکز اطلاعاتی از دانشجویان بازدید کننده نداشت و با دیدن دانشجویان ارشد سالمندی غافلگیر شده بود ند اطلاعاتی در مورد مکان مناسب کسب نشد

تغذیه سالمندان

تغذیه باید برای سالمندان، دلپذیر و غیر یکنواخت باشد.
رژیم‌های غذایی سالمند باید کاملاً رعایت شود.
سلامت مواد مورد استفاده و غذاهای طبخ‌شده به طور مستمر
کنترل شود

خوشبختانه در مرکز کارشناس تغذیه وجود داشت و بر اساس
شرایط هر سالمند رژیم غذایی داده می شد امکان ارزیابی
غذای سالمندان وجود نداشت اصلاً هیچ عطر و بوی مبنی بر
پخت غذا در آن مرکز وجود نداشت که احتمالاً از بیرون تهیه می
شد

۱- در شرایطی که سالمند با عصا و یا صندلی چرخ دار در خانه حرکت می کند، چیدمان لوازم دکوراسیونی و کاربردی باید به گونه ای صورت گیرد که همواره مسیر عبور و مرور او باز باشد

فضا کوچک و شلوغ بود امکان فعالیت و حرکت زیادی برای سالمندان وجود نداشت

- در میان کفپوش های سخت، سرامیک از جمله خطرناک ترین برای محل زندگی افراد سالمند محسوب می شود زیرا با ریخته شدن تنها چند قطره آب بر روی سطح آن احتمال افتادن بر روی زمین هر فردی به خصوص سالمندان ناتوان در شرایط پا برهنه بودن بسیار زیاد است. لذا همواره به سالمندان توصیه می شود در چنین موقعیتی حتماً از دمپایی با کف لاستیکی استفاده کنند. توجه داشته باشید، دمپایی های ابری احتمال افتادن را چند برابر افزایش می دهند. راهکار دیگر برای این منظور پوشش لاقطل قسمتی از سطح سرامیک با فرش است که بیشترین رفت و آمد سالمند از آنجا صورت می گیرد. در ضمن از عدم احتمال سر خوردن فرش بر روی سرامیک نیز اطمینان حاصل کنید.

تمام مرکز مبله و فرش بود باید دقت شود که فرش برآمده و سر خوردنی وجود نداشته باشد سالمندان با دمپایی پلاستیکی راه می رفتند

- رنگ های مورد استفاده در دکوراسیون فضای زندگی سالمند می بایست شاد، امیدوارکننده و انرژی بخش باشند. از آنجا که کهولت سنی، عوارض روحی را نیز به همراه دارد در محیط زندگی سالمند از رنگ های شاد در قالب پرده، رومبلی، روتختی و ملحفه استفاده کنید.

رنگ دیوار و ملافه ها و رو تختی شاد ویک دست بود ظاهر تمیز و مرتب داشتند

دلائل احتمالی عدم همکاری مدیر مرکز با دانشجویان

- عدم اطلاعات کافی در مورد دانشجویان ونحوه کارورزی با ایشان
- احساس خطر کردن مدیر مرکز در مورد دانشجویان آگاه و حرفه ای

- وجود احتمالی موارد غیر قانونی وخلاف درمرکز یا مغایر با
استانداردها(از قبیل تعداد زیاد تر از مجاز سالمندان -وجود نیرو های
غیر حرفه ای - کسب مبلغ بیشتر از تعرفه -و...)

- احساس خطر به خاطر وجود استادی دانشمند و آگاه با دانشجویان
- عدم دادن اطلاعات مبنی بر ترفند های مدیریتی
- عدم رضایت سالمندان مرکز از شرایط موجود واحتمال
لو رفتن موضوع
- غافلگیر شدن مدیر مرکز مبنی بر واحد مدیریتی
وتخصصی بودن کارورزی -

پیشنهادهای

- هماهنگی کافی قبل از اعزام استاد و دانشجو _--
- دادن اطلاعات کافی از نحوه و نوع کارورزی و دانشجویان
- پیگیری همکاری و قانونی از طریق مراجع بالاتر
- اطمینان دادن به مدیر مرکز مبنی بر امنیت و آرامش شغل-
- کسب اعتماد مدیر مرکز احتمالاً بصورت مالی و اینکه کارورزی ---
- دانشجویان سود مالی برای مرکز داشته باشد

با تشکر
معصومه رضایی دانشجوی ارشد سالمندی